







أسبوعية تصدركل سبت عن دار



رئيس التحرير مؤنس زهيري

دلظ مصر ۷۸ جنیها مصریا الدول العربية ٥٢ دولار أمريكي . دول أوربا وإتحاد البريد الأفريقي ٧٧دولار أمريكي . الولايات المتحدة وكندا ٩٥ ودول أمسريكا الجنوبيسة ١٣٨ دولار أمريكي السداد نقدا أو بشيك لأمر أخبار اليوم ٢ (١) شارع الصحافة

عندما.. تاك اصاب كيكو

الهدف.. تال.. وضعناه في الحلة

تاك.، وسافرالي الصين.، تال..





أصدقائي الأعزاء

يسألني الكثير من الأصدقاء عن معنى الهواية ؟ وكيف يختار كل منهم الهواية التي تناسب قدراته وميوله ؟ ولا شك أن الهواية يجب أن تكون ذات فائدة تعود على صاحبها .. فالهواية هي تلك الأوقات التي يقضيها الإنسان مع شي يحبه ويألفه ويحقق منها نفعاً أدبياً أو ثقافياً أو دينياً .. وكل إنسان يحب أن يمارس هواية معينة عليه أولا أن يعرف ماذا يحبه أكثر من أى شئ آخر..

فمثلاً بعض الأصدقاء يهوى جمع طوابع البريد التي تعرفهم على المناسبات التاريخية والثقافية والدينية لكل بلاد العالم ويحرصون على ترتيب هذه الطوابع في ألبومات خاصة بها تحميها من التلف والضياع ، والبعض الأخر يهوى ممارسة الألعاب الرياضية مثل لعبة كرة القدم أو لعبة التنس أو لعبة السباحة مما يقوى أبدائهم ويدعم صحتهم ، وكثير من الأصدقاء يهوى القراءة في مختلف علوم المعرفة مثل قراءة القصص المصورة والكتب العلمية والدينية والثقافية ولاشك أن هذه الهواية تعدمن أفيد أنواع الهوايات الأصحابها ، ولا يوجد أى تعارض من أن تقضى وقت فراغك في أكثر من هواية من نماذج الهوايات التي عرضتها عليك منذ قليل .. المهم أن تستشمر وقت فراغك فيما يعود عليك بالنفع والفائدة .. فالوقت - كما تقول الحكمة المعروفة - من ذهب .. فحافظ على وقتك ولا تضيعه فيما ليس منه فائدة ..

مؤنس زهيري

عنوان مجلة بلبل: اشارع الصحافة مبئى دار أخبار اليوم _ القاهرة البنى الرئيسي : ٥٧٨٢٥٠٠ ٥٧٨٢٥٠ المبتى الصحفي: • • ٧٨٢٨ - • • ٧٨٢٩ -الإشتراكات السنوية

دولار أمريكي، السابان واستراليا القاهرة جمهورية مصر العربية



لدة اسبوع.. قاك ومات بعدها مباشرة.. تال ليصبح لونه احمر ماثل الى الازرق.. تالك واثناء عودته







تلفوز.. لقد قلت لك مرارا ان











إختر برنامجأ

واحداثم أترك

الريموت











Service Mary

هذه المساحة مخصصة لاستقبال

فقرات ومساهمات الأصدقاء

والصديقات أصحاب الرسائل المتميرة

هى طيبة القديمة واسماها

العسرب عند الفستح الأسسلامي

بالأقصر لكثرة قصورها .. وهي

إحدى مدن صعيد مصر.. وكانت

عاصمة الشراعنه .. وتقع على

الضعة الشرقية لنهر النيل

ومن أهم معالها معيد الأقصر

ويقع داخل المدينة ومسعسك

الكرنك ويقع شمالها ويربط بين

المعبدين طريق الكباش والذي

كان يسلكه الملوك والكهنه ذهابأ

وإياباً كل صباح من والى معبد

ومعبد الكرنك يحتوى على بهو

الأعسدة العظيم بأعسدته

الشاهقة وتوجد به أيضاً البحيرة

المقتدسة والعنديد من المسلات

الشاهقة التي تناطح السحاب

وكانت معابد البرالشرقي لمدينة

امنا المصابد الموجبوده بالشاطئ

الغربي للمدينة فهو معبد الدير

البسحسري والخساص بالملكة

حتشبسوت ومعبد وادى الملوك

والرامسيوم وكلها معابد جنائزيه

وكانت تسمى مدينة الأخره أو

وتضم مدينة الأقصر ثلث أثار

اسلام حماده محمد شكرى

١١ سنه / ميدان صلاح الدين

الأقصر

العالم ولذا فهي متحف العالم.

وتحكى قصص الفراعنه.

الأقصر تمثل الحياة...

تحوطها المقاير.

الكرنك والأقصر

العظيم ..

مظامرة نسائية



The Man

















مظاهرة نسائية







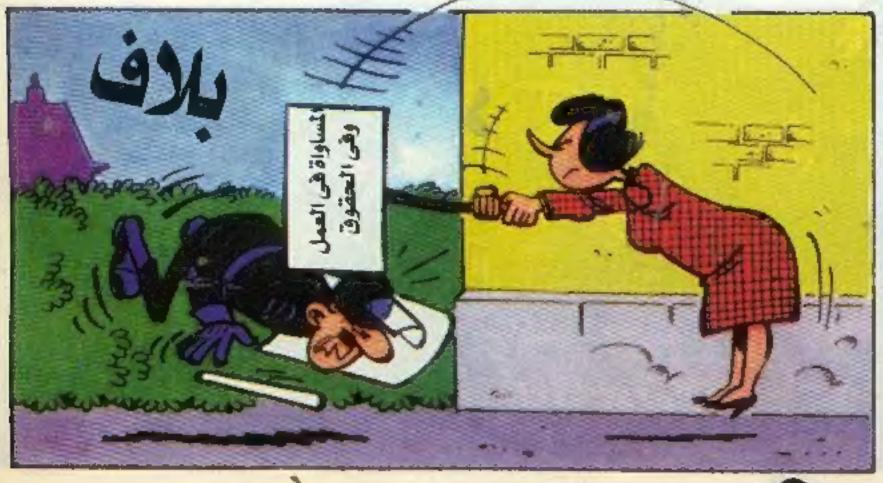














مظاهرة نسائية



















مظامرة نسائية



The This



















بلدالحبود



اكتب اليكم من مسدينتي الاسكندرية (بلد المحبوب) لادعموكم لزيارتها والتسمتع بجمالها ولتشاهدوا ماقام به محافظنا الهمام عبد السلام المحجوب (المحبوب) من نشر مظاهر الجمال في كل مكان حتى اصبحت الاسكندرية بحق (عروس البحر الأبيض المتوسط) محمود سعيد عبد الحليم

صدق أو لاتصدق

أصفرالبرمائياتهي ضفدعة يطلق عليها اسم (السهم المسموم) وتعيش في كوبا.. متوسط طولها سنتيمتر واحد أمانى محمود محمد جمال الطبعة - المرم



سيدنا سليمان

سيدنا سليمان (عليه السلام) هو ابن النبي داود وكان جيش سليمان أقوى الجيوش في العالم.. ولايوجد مثله جيش أبدأ.. حيث كان يتكون من البشر والجان والطيور والحيوانات.. وقد اعطى الله سبحانه وتعالى لسيدنا سليمان القدره على تسخير الجان والطير والحيوان لتساعده في نشر رسالته.



مثى أحمد السيد عبد العظيم ١٢ سنه_بابالخلق

ذات النطاقين

هى اسماء بنت ابى بكر وقد أطلق عليها هذا اللقب لأنها شقت نطاقها لكي تعمل الطعام والماء الى رسيول الله (ص) وأبوبكر الصديق في غارثور بين مكة والمدينة اثناء رحلتهما الى يثرب.

محمد عبد الله السيد ۱۲ سنه/ محرم یك-الاسكندرية



ا رسائل من --!

في بعض مدن امريكا الشمالية تنمو شجرة يطلق عليها الأهالي اسم الشجرة المسحورة.. لأنها تضيء ليلا .. فهي تحتوي على عنصرالف وسفورالذى يشع الضوء ويراه الناس واضحاً ليلاً. شيماء صلاح الدين زين





كل ماهى الكون ينير العقل ويدعو للانتباء لانه يدل على القدرة الالهية التي تجعلنا نسجد لله اعترافاً بقدرته وتهجيداً لعظمته.. فإنه على كل شىءقدىر.

أحمد عيد الرؤوف صيرى ۱۰ سنوات / آسوان



وربع تقريبا

محمد حموده أحمد

١٤ سنه / القنايات شرقية

جمال عبدالناصر عملية سطو

في عام ١٩٧٠ قام لصان بالسطوعلي أحست بنوك ديتــرويت في الولايات المتسحسدة الأمريكية.. وبعد خروجهما من المبنى سائين اكتشف اسرقه سيارتهما التي قد اعداها للهرب بها.. في أثناء تواجدهما داخل الينك

امينه عادل عبد المجيد ١٢ سنه / المطرية





محمد عيد الرؤوف





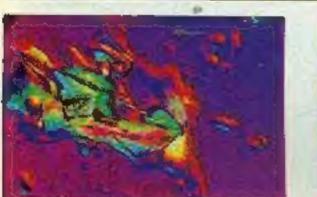


الم نبعث Govertina للصغار والتكبار الستروس

ASTROS

MILK CHOCOLATE WITH CRISP

AND TOFFEE CENTER



المذاق الطبيعي الأصيل تهدي







أبوالقاسمالشابي

شاعر تونسى عربى معاصر...
عشق الحرية بكل مظاهرها وهو
يعبر عن معاينها بعد معاناة من
قسوة الطغاه والمستعمرين وله
ديوان اسمه (أغاني الحياه)
وتوفى أبو القاسم سنه ١٩٣٤ وهو
في الخامسة العشرين من عمره.

نسمه محمد علی فوده ۱۶ سنه /امبایة_جیژة

نهرالنيل 🧖

نهرالنيل يشرب منه تسع دول أفريقية هي ، مصر السودان ـ اثيوبيا ـ الكونف و ـ بوروندى ـ تنزانيا ـ كينيسا ـ أوغندا ـ ايريتريا .



محمد منصور محمد طريق الحرية ـ الأسكندرية

اعرف قدرك

بلغ عمر بن عبد العزيز أن أحد أبنائه اتخذ خانماً واتخذ له فصاً بألف درهم فكتب اليه، اما بعد.. فقد بلغنى انك اشتريت فصاً لخانمك بألف درهم هبعه واشبع بثمنه ألف جانع واتخذ خانماً من حديد واكتب عليه رحم الله امرىء عرف قصدر نفسه.

ایمان رأفت أبو کرات ۷سنوات بورسعید







أعجب دجاجة ع

فى الصين دجاجة بأربع أرجل تضع (٥٠) بيضة فى الشهر هذا ماذكرته صحيفة الجماهير الصينية.. وأن هذه الدجاجة بجهازين تناسليين وان رجالاً اشتراها واعتقد انها بلا قيمة على الأطلاق بسبب تشوهها الأ انها بدات فى ٩/ ١٩٩١/١٠ بأنتاج البيض بهذا المعدل العالى.

وفاء محمد أحمد شحتوت ١١ سنه/ مدينة العمال_إمبابة

الحروف المتحركة

ان أول من استخدام الحروف المتحركة في الطباعة هو الألماني (يوحنا جوتنبرج) محمد أحمد مجمود نافع المنوات/ حدائق المعادي



تنتسب المحاصيل الأتيه الى الدول التكاليكة المحاصيل اليكة المحاصيل القطن اليكة الميكة اليكة الميكة الميكة الشاء الشاء الشاء الميكة المي



مدينةالقنطرةشرق

هي مدينة مصرية. تقع على قناة السويس في شبه جزيرة سيناء وكانت بداية الخط الحديدي الذي مد في الحرب العالمية الأولى ليربط مصر بغلسطين. شهدت هذه المدينة أكبر وأشهر معارك الدبابات في التاريخ الحديث. وكانت أول التاريخ الحديث. وكانت أول مدينة تحررها القوات المسلحة المصرية في أكتوبر العظيم عام 1977م.

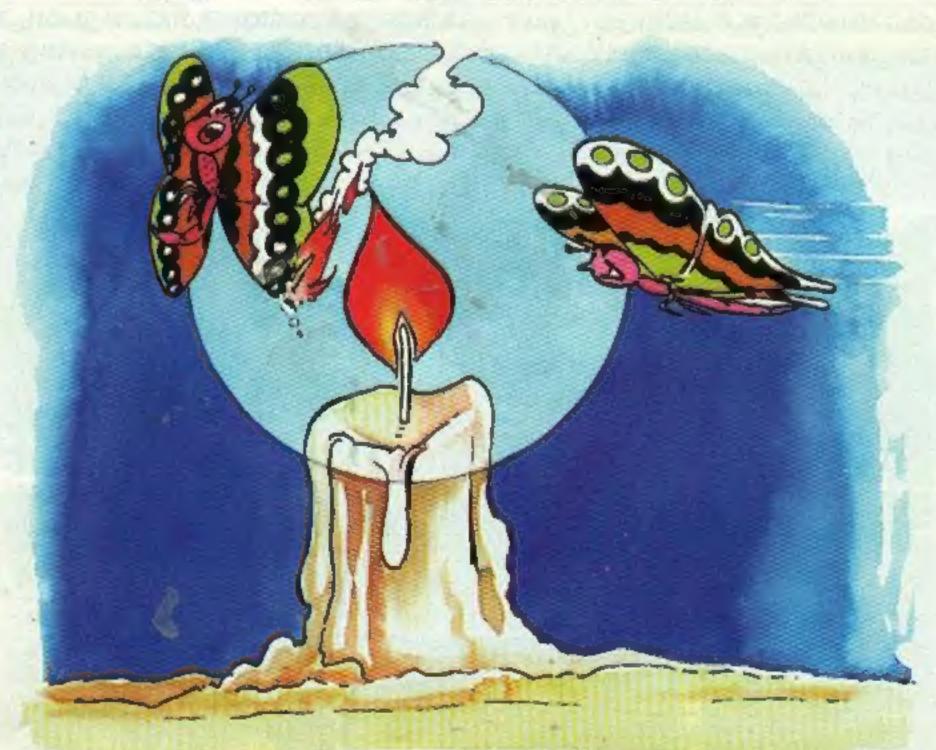
المندوب الصحطى أحمد امام مطر ١٧سنه/ العريش_المساعيد

🎖 كأس العاله

أول دوله حصلت على كأس العالم هي اورجواي سنه ١٩٣٠ وآخر دولة هي فرنسا عام ١٩٩٨. أحمد فؤاد حنفي



الضوء لا يجلب الفراشة كما يتبادر إلى ذهن الكثيرين. فكما هو الحال مع حشرات أخرى كثيرة ، تعلمت الفراشة ان تتجه في طيرانها مستعينة بأشعة الشمس أو القمر التي تهبط على الأرض من مسافات بعيدة وتصلها بخطوط متوازية من الضوء ، فتسبح الفراشة في خط مستقيم بحيث تقع أشعة الضوء على عينيها حسب زاوية ثابتة . ومع ذلك إذا كان مصدر الضوء قريباً ، كضوء الشمعة مثلاً ، فإن الأشعة لاتكون متوازية والسبيل الوحيد للفراشة لكى تحافظ على ذات الزاوية هو في تغيير الإنجاء نحو مصدر الضوء بصورة مستمرة ، والنتيجة هي طيران لولبي ينتهي بها في آخر المطاف في اللهب نفسه .









بطاقات لم يستدل على عنوانها اتصل بنا .. لتحصل على بطاقتك ت / ٥٨٠٧٥٤٥ إسلام أحمد محمود نرمين محمود ابراهيم بيومي

نرمين محمود ابراهيم بيومي ادهم مسحسمات مسحسود عصام عبد العزيز شعبان محمد أحمد محمود جعمر سامرالقطب فسيطين نسابس عبمسروالحسيني محمد مسريم بلال مسحسود أحسمسد ابراهيم خليل شيرين عبد الله اسكلام عكلاء الدين ابتسسام ابراهيم محمد حصست على ابراهيم أحسمسك السيسك برايا محمد ابراهيم محمد أحسمت عسمت القبريب الحسادي مستحسبود على أحسمسك نادرعسوني محمد عبيد التواب على محمد على الجندي أرض الرهور الجسيدية شيرى محمد مدحت حداثق القبد أحسد فتحى البيلي الدقسهايسة السنبسلاوين محمود جابر عطوه عيب السويس حي عستاقة بيتر نصرى شوقى بشاى احمد عصمت عين شمس محمد أمين محمد مسدينة الحسرفسيين شيماء سعيد صادق أرض حسجسر الجديدة محمود جمعه السيا الســويس حي الأربعين أحسب عسادل على خلف كليسة الهندسة أحسب فيوز فسراح دمياط كرويرى المعلمين محمد رفعت / منيل الروضة مححمود أنورياسين طلخا - المنصورة محمد عبد العزيز حدائق القبه اسلام منير أحمد / السيدة زينب أحسمت عسيت الجواد المفسرب - حى النهسفة أحسمت السيند ابراهيم حصدائق الزيتون محمد عبد العزيز البنا الـــريــاض يحى زكريا عبده / البساتين أحمد حربي رمضان / دار السلام محمد أحمد القيطاني مساكن شركة البترول أحمد رجب عوف/الغردقة هاشم نبسيل فواد / العادي





هو جهاز ابتكره العالم الأثاني (ريختر) في عام ١٩٢٥ م وذلك ليقوم بتسجيل الزلازل.. وتقوم تظرية عمل هذا الجهاز على أن شـــدة الزلزال تتناسب مع لوغساريتم الذبذبه العظمى للزلزال. وهو عسيسارة عن ايره حساسه تسجل الاهترازات على

عمروالحسيني محمد ١٤ سنه/ دمياط-كفر سعد





تقع شهه الجزيرة الكورية في أقصى شرق قارة أسيا وتضم دولتين هما جمهورية كوريا الديمقراطية الشعبية في شمالها.. وجمهورية كوريا الجنوبية في الجنوب ويحدها شرقا بحراليابان الذي يسميه الكوريون البحر الشرقي.

أحمد محمد صلاح ٩ سنوات /السيدة زينب

التراث الشعبي الجميل

تعتر الشعوب بتراث الآباء والأجداد وتستعيد في المناسبات الدينية والاجتماعية صورا من المَاضَى الجميل . وخاصة مظاهر الحياة اليومية وماتحتطل بهمن ألوان الفنون والأغاني الجميلة والألعاب والرقصات الشعبية وهى مايطلق عليها مصطلح (الملكلور).

> أمنية محمد رشاد عامر ١٤ سنه/ مدينة نصر

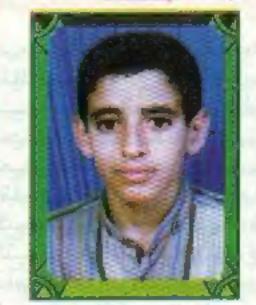












المعددته ضم الأكل ولاتهضم نفسها لأن بداخلها غشاء يمنع دون ذلك فسيحان الله.

محمود عبد الجواد فرج



١ ـ مــا الذي يشــبــه نصف البرتقالة تهاماً.

لايستطيع المشي؟

٢ - ماهو الجسرة الذي يتبع (برلین) ومع ذلك يوجـــد في فرنسا?

الاجابة

_النصف الأخر. ۲ ـ الکرسی.

٢_حرف الراء والنون.

اسلام أحمد محمود نافع ١٢ سنه/ حدائق المعادي

جولة لنائب بلبل بالارياف

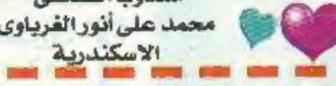
حديث مع د. محمد عبد السلام محمد عبد الكريم مدير بمركز الرحمانية بالبحيرة وكان السؤال..ماهى الخدمات التى تقدمها الادارة البيطرية للمجتمع وكان الجواب كالآتى:

• التحصين من الأمراض الوبائية .. علاج الحيدوانات المريضة مقاومة الأمراض المشتركة بين الأنسان والحيوان كمرض السل والبروسيلا .. وكذلك مرض السعار

الذي نشاومه بإعدام الكلاب الضالة. الحضاظ على صحة المواطنين بالكشف على لحوم المجازر والتعتيش عليها. نشر الوعى البيطري بين المواطنين بعمل ندوات ارشادية علاج الأمراض الوراثيمه لدى الحيوانات ومحاولة تحسين السلالات والإكثار منها.



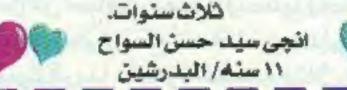


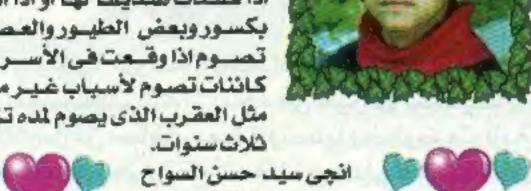




هناك كائنات أخرى غير الانسان تصوم فمثلأ الحصان اذا مرض صام تعبيرا عن الألم.. كما تصوم الكلاب اذا فقدت صديقاً لها أو اذا أصيبت بكسوروبعض الطيوروالعصافير تصوم اذا وقعت في الأسر وهناك كاننات تصوم لأسباب غير معروفة مثل العقرب الذي يصوم لمده تزيد عن









في المناطق الاستوائية ، وبالتحديد في منطقة نهر الأمازون ، يرى المشاهد أوراق نبات هائلة تطفو هُوِقَ المَّاءِ عَلَى شَكُلُ دُوانْرُ وَاسْعَةً لَهَا حَوَافَ قَائِمَةً ، أَشْبِهُ بِالصِينِيةَ التي نستخدمها هي الطهي هذه الأوراق من النبات المعروف باسم « فيكتوريا ريجيا ، يمكن أن يصل قطر الواحدة منها إلى مترين ومثل هذه الورقة لها قدرة كبيرة على الطفو هوق الماء ، بحيث يمكن لطفل ان يقف فوقها فلا يغرق والسرفي هذا أن أنسجة هذه الورقة تحتوى عدداً كبيراً من الجيوب الصغيرة المليئة بالهواء ، والتي تجعل لها مميزات القارب.











عشرة ارغفة وعشرون بيضة وكتب تحتها (اكلها كلها الشخص المدهون هي هذا القبر في وجبة واحدة ليحصل على لقب.. زعيم الأكلين في بريطانيا.. وقد حصل على اللقب الذي كان يطمع فيه ولكنها كانت وجبته

الوجيةالأخيرة

فى احدى مدن انجلترا قبر عليه

رخامه مرسوم عليها مائدة فوقها

ليليان شوقى ابراهيم ۱۰ سنوات / ایتای البارود _





أول طائرة صنعها الانسان كانت عام١٩٠٣ وصنعها اثنان من الاخوه في امريكا احدهما اسمه (ويلبر رايت) والثاني (اورفيل رايت) واشتهر الأثنان باسم (الاختوان رايت) واستنمرت أول رحلة ١٢ ثانية فقط وطارت مسافة حوالي ٤٠ متـر على إرتضاع ثلاثة امتارثم وقعت.

سمرعادل محمد أحمد ۱۰ سنوات بورسعید

صحديقي بلبل.. أحب ان أزف اليك اجمل الأخسار.. حتى تشاركني فرحتى فقد حصلت على الشهادة الابتدائية هذا العام بمجموع ٩٩٪ وترتيبي الأولى على مدرستي والثانية على ادارة المنيا التعليمية والثالثة على محافظة المنيا.. وقسد تم اذاعسة اسمى في التليث زيون ونشر اسمى في جريدة الجمهورية وجريدة المساء وكانت مدرستي ايضا الأولى على المحافظة نسبة النجاح ١٠٠٠ ١

ماريام وصفى لبيب المنيا مبروك يامريام وبلبل يتمنى لك الاستمرار في التقدم والنجاح



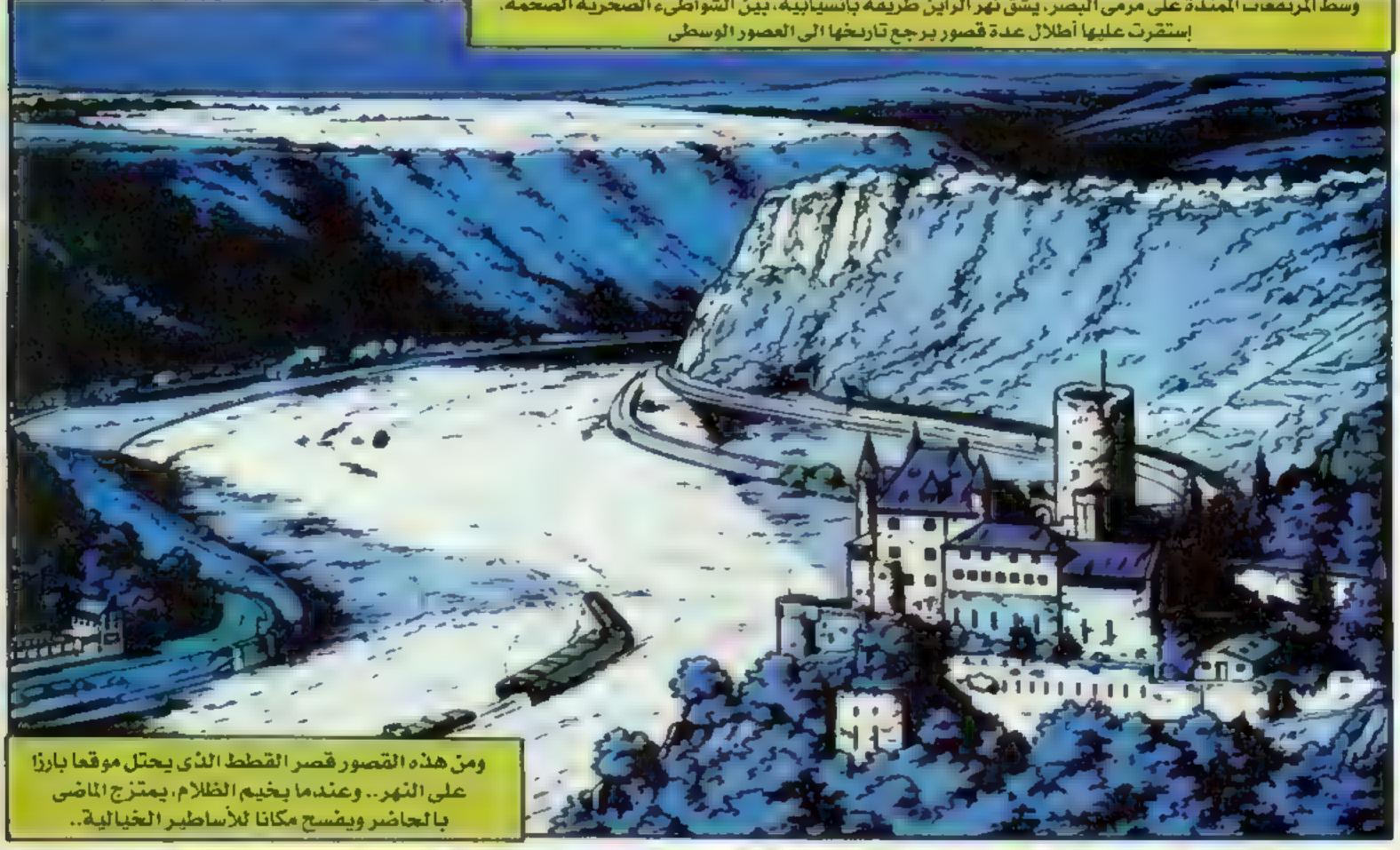




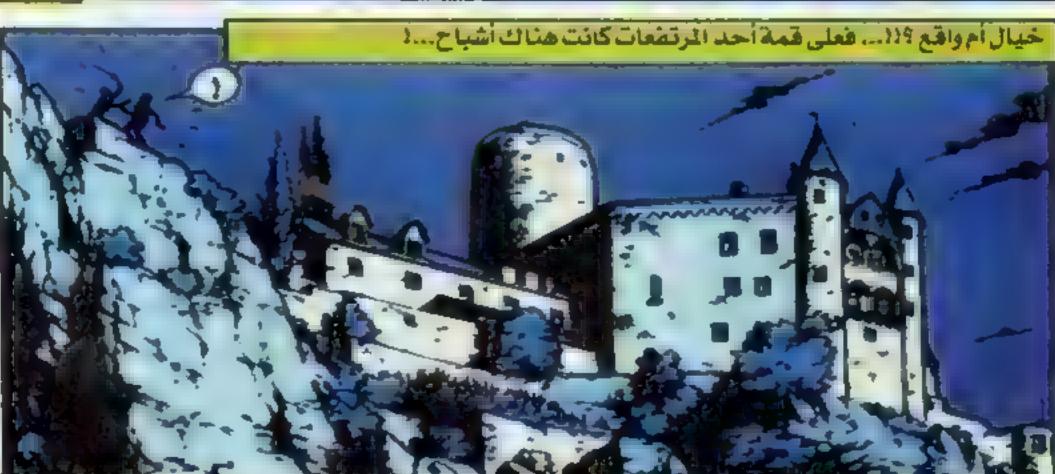


إعداد اهويدا حافظ

وسط المرتضعات المتدة على مرمى البصر، يشق نهر الراين طريقه بإنسيابية، بين الشواطىء الصخرية الضخمة.















WENT TO THE STATE OF THE STATE









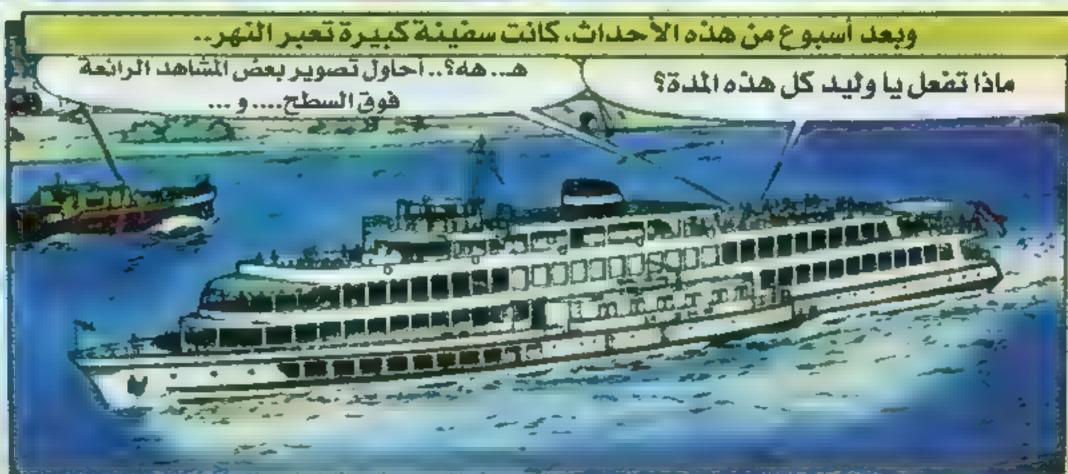


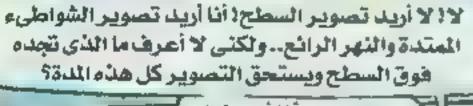
















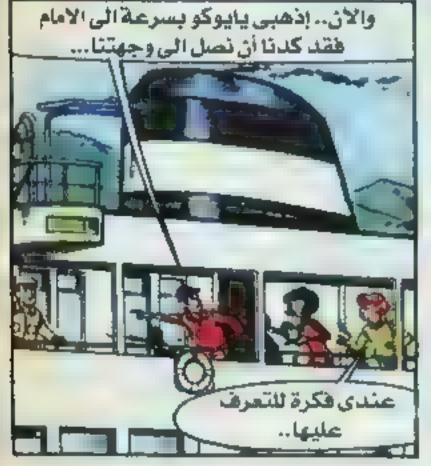




نحن هذا لتصوير فيلم عن أساطير نهر الراين وليس للتدخل في شنون الأخرين.. أتركها تبكي كما تشاء و قم بعملك فقط ا





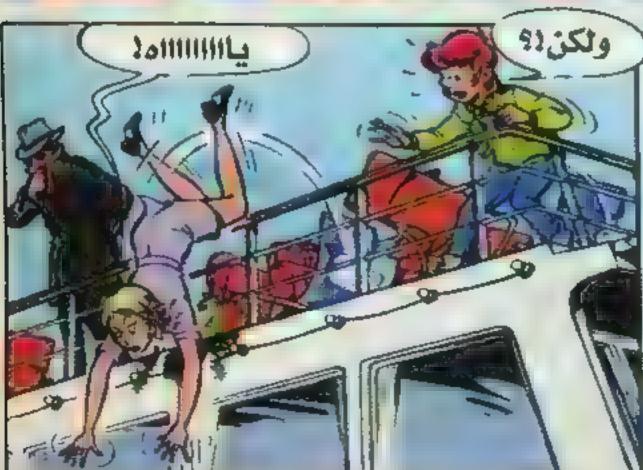












Remarks -



لاتخافي (أنا.. أنا قادم..





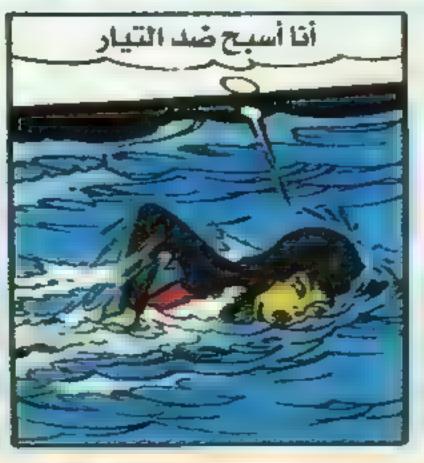
















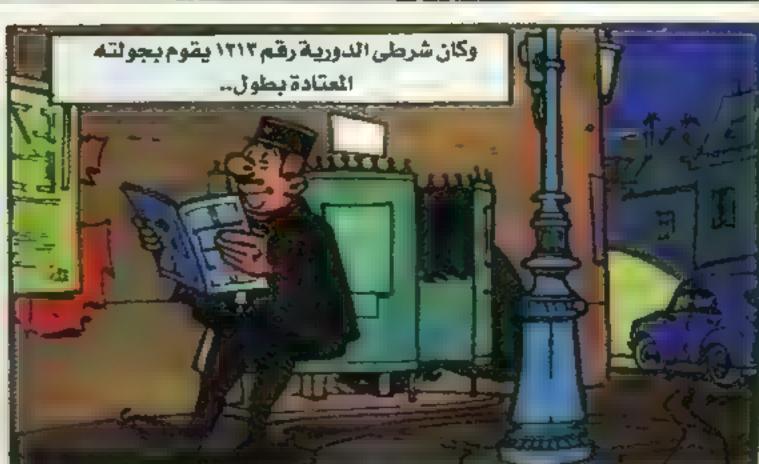


الحلقة الأولى



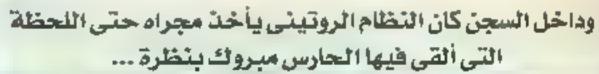








1-17







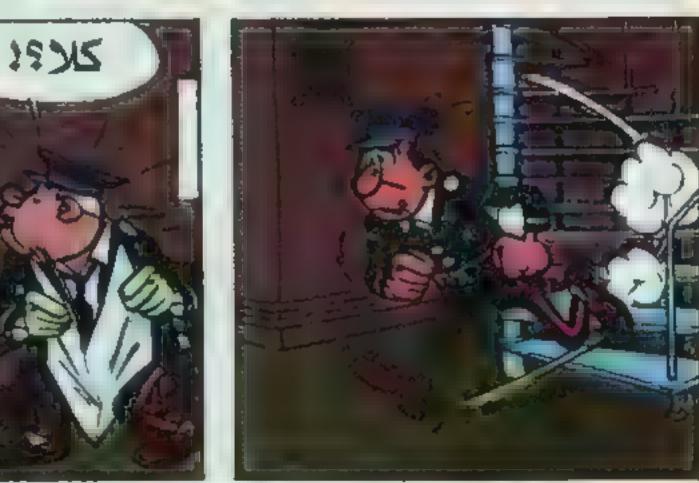
















THE PROPERTY OF THE PARTY OF TH

























A STATE OF THE PARTY OF THE PAR









لا يوجد من يستطيع

القطر من أسطل الى

أعلى هذا السور..







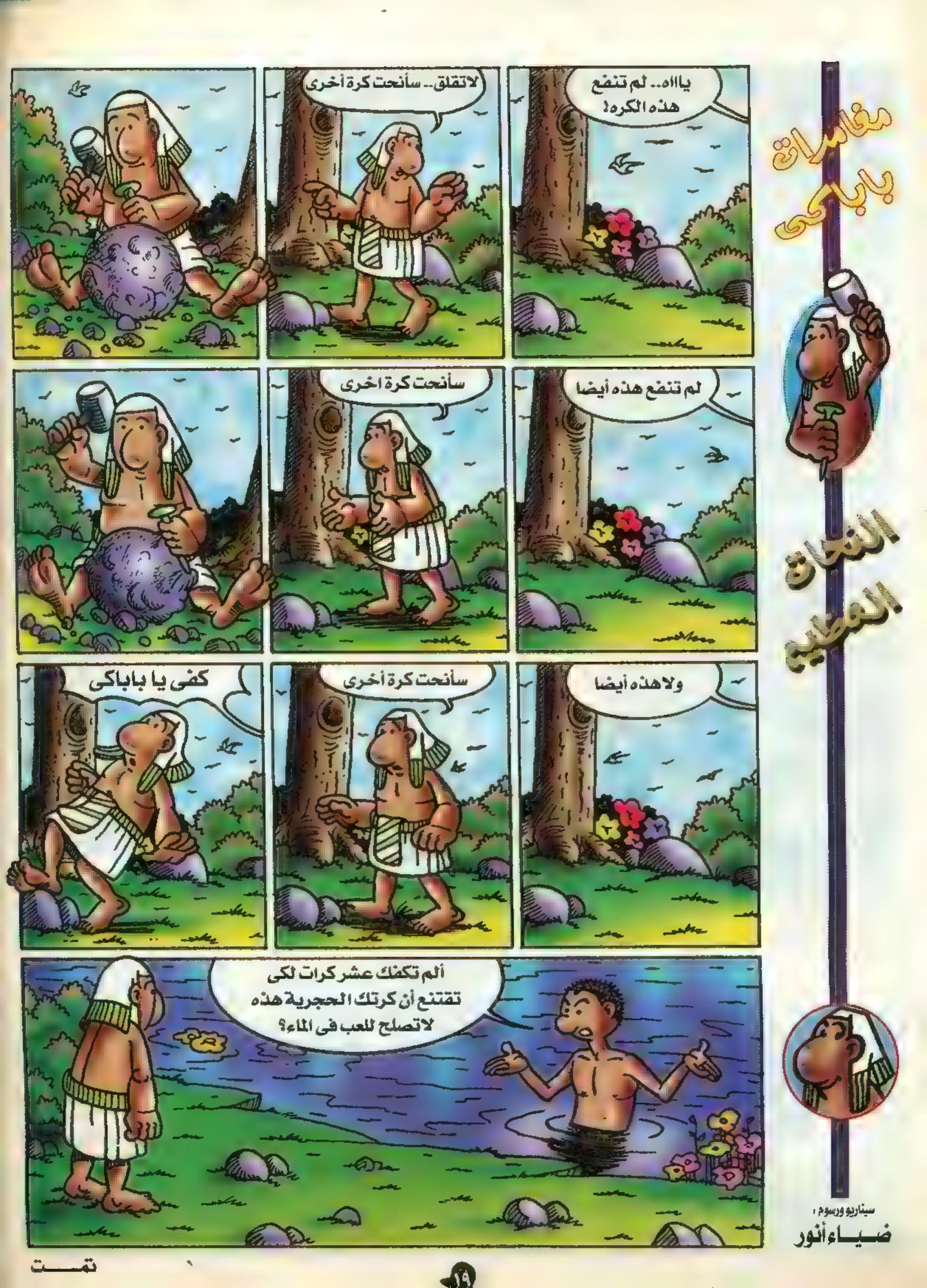






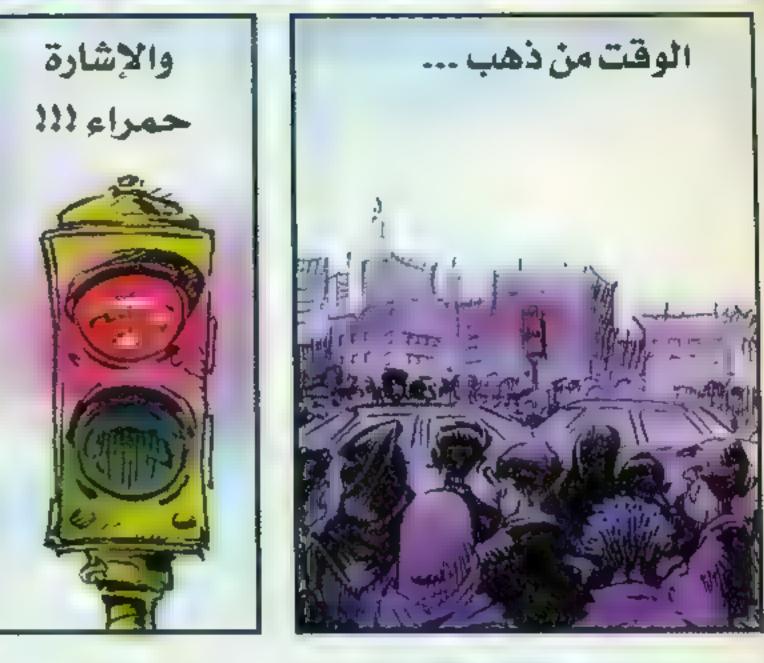
هناك أحد رجال الشرطة يطلب
مقابلتك يا سيدى ويقول ان لديه
شيئا غير عادى يريد ابلاغك به ا

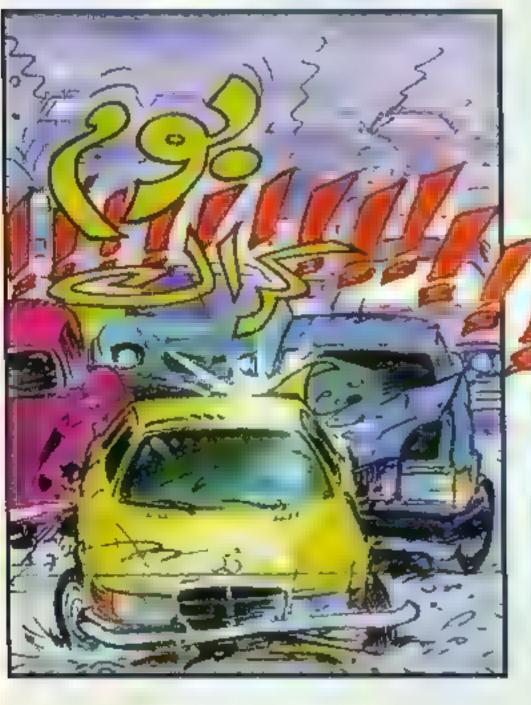
















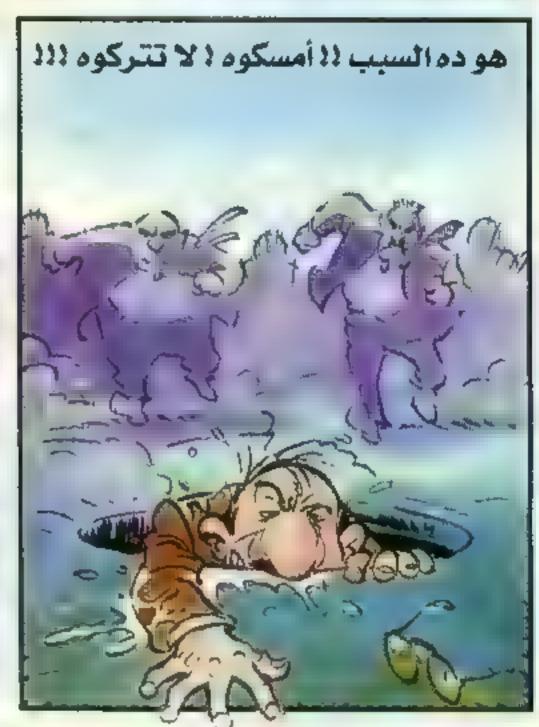




فهو على ميعاد..





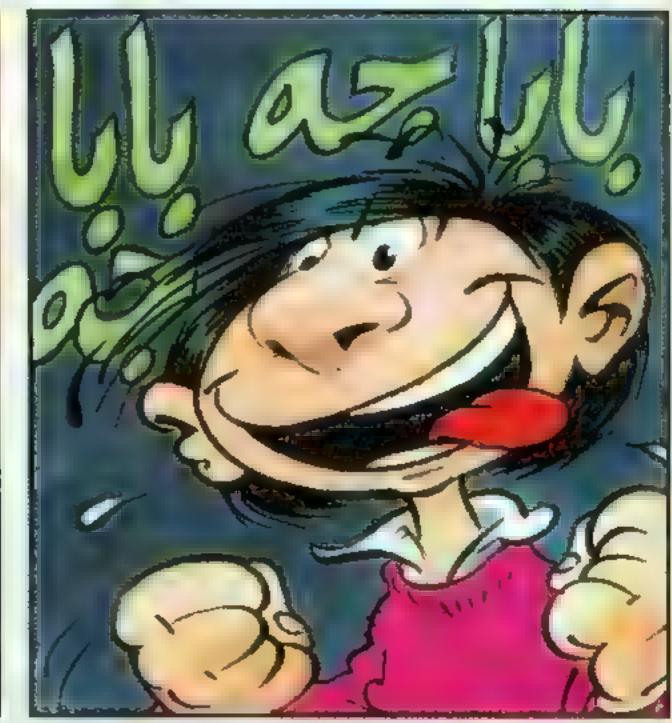




وبعد فقرة إستعراضية ضاحكة يستعمل فيها الأستاذ مسعود كافة مواهبه في صد الضربات وتفادي اللكمات يحاول إستعادة ذكريات شبابه في مسابقات العدو للمسافات المفتوحة

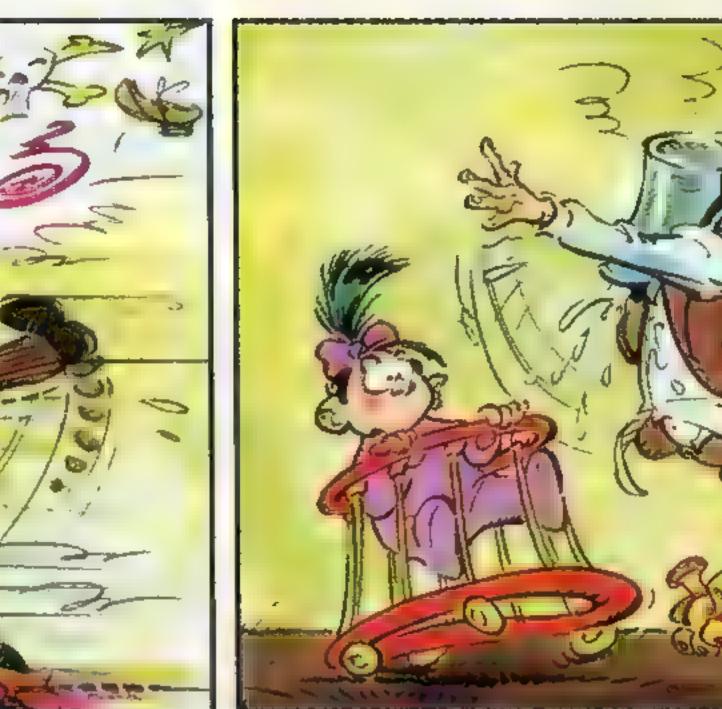


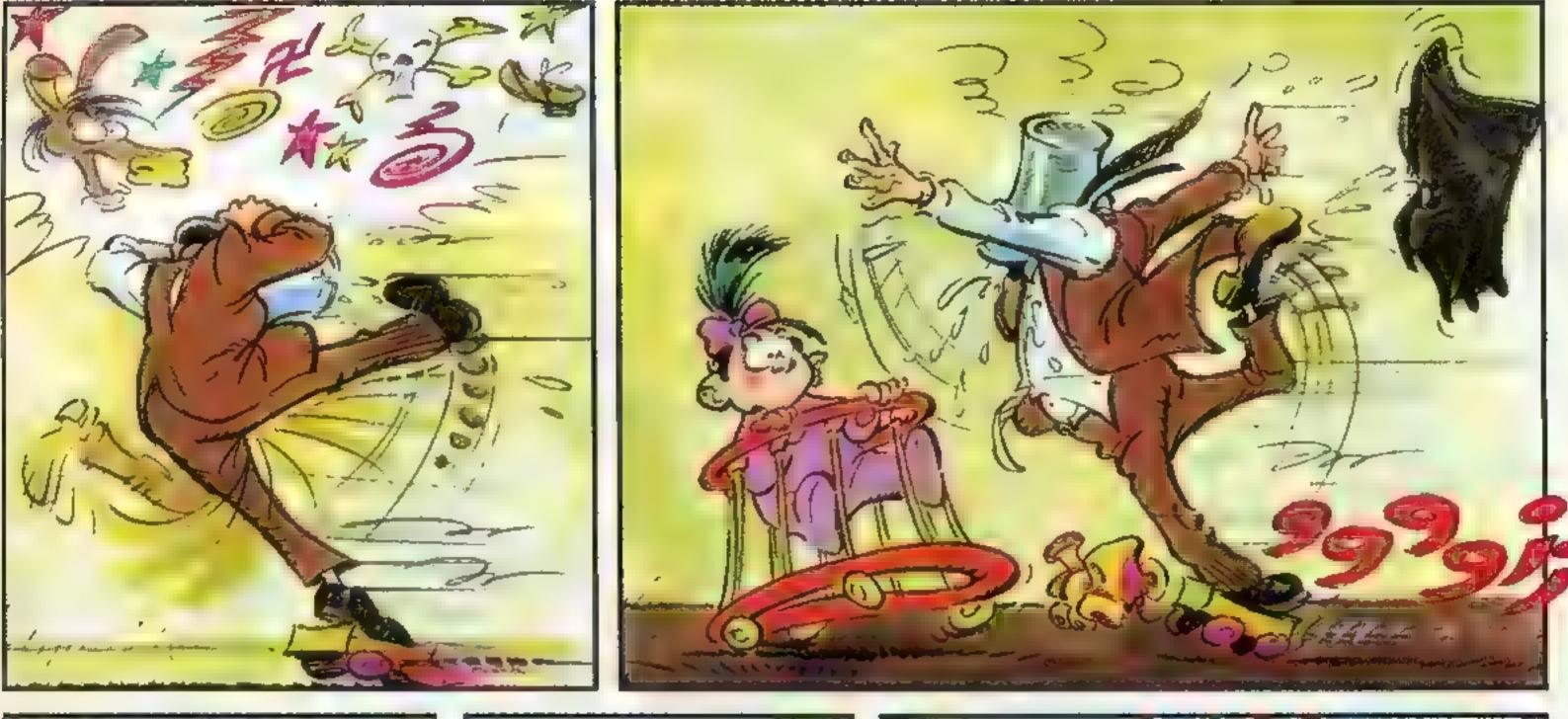






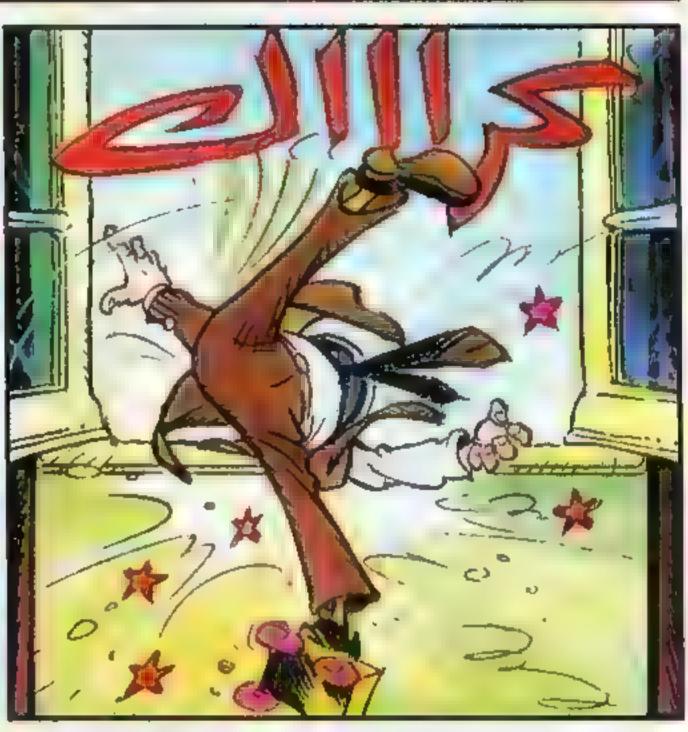








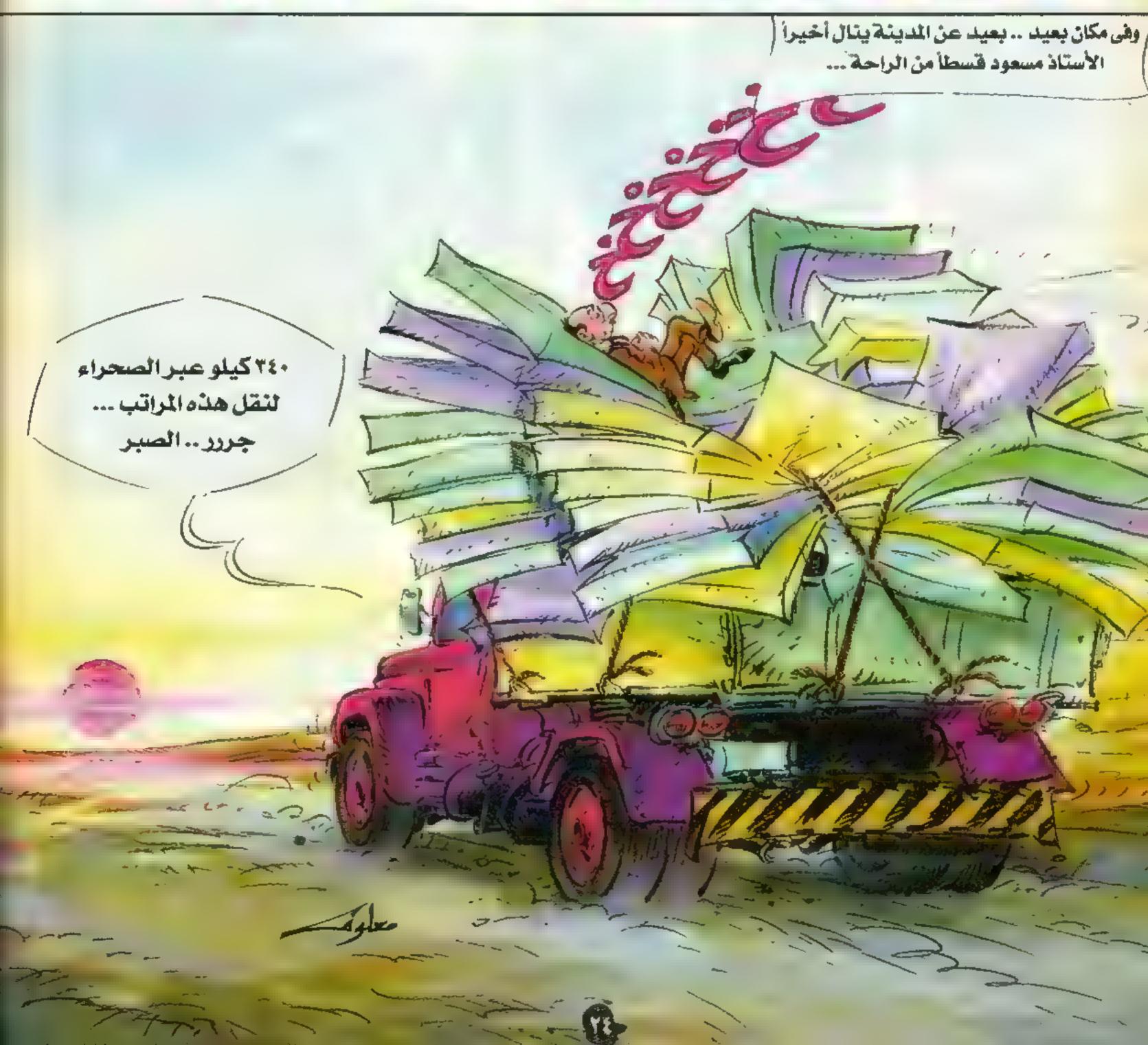










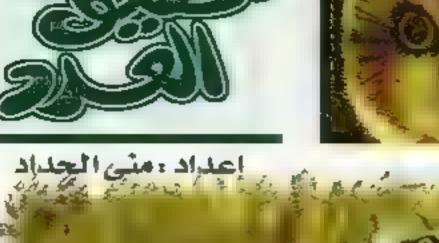


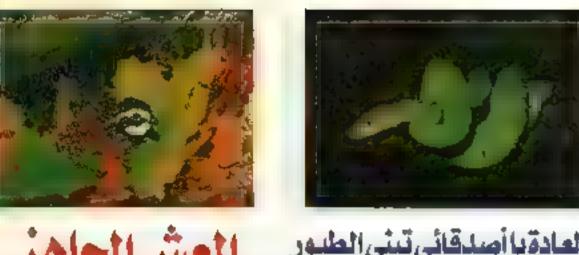












فى العادة يا أصدقائي تبثى الطيور التىتطير أعشاشها على الأشجار على أعهدة النور أو فوق أى مكان مرتضع ولكن في هذا العدد سنتعرف سويا على طائر يطير يفضل أن يبنى عشه على الأرض ا...

تفاوت في العمر

فى خالال الشالاشة أيام الأخسيرة من شبهبر مبايو تضع أنثى العقاب بيضة يميل لونها الى الإخضرار على باقى البيش حتى



وتظل بالعش حستى تضع بيضتها الثانية. والثالثة أو حتى الخامسة. وعندما يخسرج أول فسرخ لهسا من بيضته تعتنى به عناية شبديدة ولكنها لاتنسي في نفس الوقت أن ترقه



العشالجاهر

إن طائر العُقاب الرمادي طائر عبقری جداً ا فهو يستخدم الأعشا<mark>ب</mark> الموجبودة في أرضيه الحقول كأرضية لعشه وسيسقان النباتات الزراعيية الطويلة كعيدان القمح والبرسيم کساتر یخف*ی صفاره فی* أعين الصيادين.

عملدؤوب

يتولى ذكر العقاب مهمة البحث عن الطعام، فهو ايقوم بمسح شامل ودقيق للمنطقة ولا يتوقف عن البحث حتى يحصل على مــــراده.. وفي حــــالـــــــا ححصوله عليسه ينادي الذكر أنشاه التي تطير على الضور لقابلته ثم يبت صدان هما الاثنان، وضجاة تهبط الأنثي وتظهر مرة أخرى وهي تحمل بين مخالبها فريسة إصطادها لها الذكر



إذا دققت النظر بين عيدان القمح التي تتمايل بخفة نتحت أشعة الشمس الحارقة فسترى طائرين كبيرين

يعششان على الأرض.. هوب! طار أحدهما أما الأخر فمازال بالعش، إنها أنثى العقاب الرمادي ترقد على البيض!

العشالذي تبنيه أنثى العقاب الرمادي يتكون من سيقان النباتات وأوراقها الجافة

تطيرا لأنثى أسفل الذكر استعدادا للهبوط للإنقضاض علىالفريسة













من المكن أن يصل عمر أول عقاب صغير الى عشرة أيام بينما أخيه

الصغير مازال في بيضته ل













The state of the s

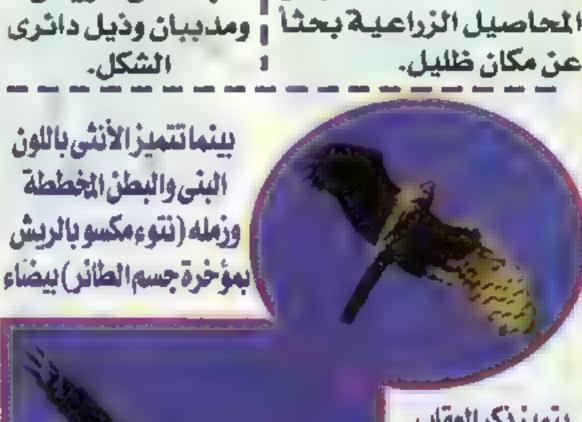








غيركافية







تتسم عملية الصيد بالدقة الشديدة عند ذكر العقاب الرمادى فهويقوم بمسح شامل لمنطقة نفوذه ولكن على ارتفاع منخفض وببطء شديد وفي أحيان أخرى تستغرق عملية البحث عن فريسة عدة ساعات وعندما يلمح العقاب أحد القوارض مثل فأر الحقول ينقض عليه بسرعة



كارتتعارف

العقاب الرمادي طائر كاسر.. يتمتع العقاب بجسم رشيق، جناحان طويلان ومدببان وذيل دائرى



تصبح الصغار قادرة على الإنقضاض على بعض



جناحيه







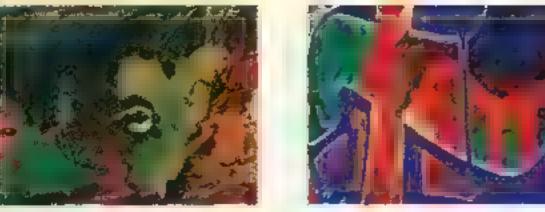




A COLUMN THE WAY OF THE PARTY O









الدروسالاكروباتية

تستعد صغار العقاب للطيران عندما تبلغ من العمر خمس أسابيع يقوم الأبوان بتعليم الصغاركل ما يتعلق بفن الطيران كالارتضاع ببطء التحليق الدائري الهبوط الدواري والتربس

الصيفالقاتل

في منتصف شهريونيو تتقدم آلات الحصاد الكبيرة في حقول القمح الناضج.. وبعد مرور هذه الألات الكبيرة **لا نرى سوى عدد من الريش فقط، يالها** من حادثة بشعة حدثت منذ قليل



تعدالنباتات الموسمية مثل الثرة والشعير.. سور حقيقي يخفى طيور العقاب الرمادي عن أعين الصيادين ولكن للأسف! لا يحميها من آلات الحصاد الكبيرة



تتمتع أغلبية صغار العقاب الرمادي بالريش الأصفر الذي يميل الى اللون البرتقالي ولا يتبدل هذا الريش إلا بعد مرور عامان على خروج الصفار منالبيض











أثناءنمو صفار العقاب يلاحظ ان بعض الصفارقدكسا جسمها ريش أسود حالك

قديمأ كانت تعيش طيور العقاب الرمادي في الأراضي القاحلة إلا من بعض نباتات الورال والخلنج أوهى المروج ولكن هذه المناطق اخستهفت وأصبحت الأن أرض زراعية مما دفع طيور العقاب الي الانتقال الى أماكن أخرى



موسم الهجرة

تظل طيورالعهاب

الرمادي في أعبشناشها

حستى يحسين النصف

الأخرمن شهرأغسطس

مسوعسد هجسرة طيسور

العسقساب من أوروبا الى

غسابات السسافسانا

الافريقية ، ترحل الإناث

والصفار أولا ثم تتبعهم

الذكسور. وتعسود تلك

الطيبور مرة أخبري إلى

أوروبا مع بداية الربيع.

















مع اقتراب آلة الحصاد تجرى الصغار ولكن للأسف لا تنجح غي الهرب مزهدا الوحش الخيف



A STATE OF THE PARTY OF THE PAR

حطهإنفاد

منذعام ١٩٧٦ قررحماة الطبيعة التدخل لحماية طيورالعقاب فقرروا البحث عن أعشاشه وتعريف للاك الحقول بأماكن تواجده ومعرفة اليوم المحدد للحصاد..









انتيقلت تلك الطيبورالي الحسقسول الزراعسيسة واستقرتهناك بين محاصيلها ولكن مع بداية موسم الحصاد مازالت الصفارلا تقوى على الطيران فيحدث أزنمر الألات الزراعية من على أعشاش هذه الطيورالتي



وبذلك يرتضع عسدد القتلى من صغارطيور العقاب في شهور الصيف مما أدى الى انخطاص عسسدد هذا التوعمن الطيور في العالم، فمثلاً فى بلجيكا لم يعد بها سوى زوجان أو ثلاث من هذا النوع وفي اسبانيا وشرنسا لميجد بهما سوىمايقربمن ٢٥٠٠ زوج من طيور العقاب ولكن سرعان ما قل هذا العدد

توجد مخاطر أخرى تهدد هذا النوع من الطيور كالمالجات الكيميائية للمزروعات، مقاومة الأفات والمبيدات الحشرية ويبذل حماة الطبيعة أقصى مجهوداتهم لحماية طيور العقاب التي تساعد المزارعين في الحفاظ على محاصيلهم



إلى العمل!

وفى يوم الحصاد يبحث حماة الطبيعة عن صغار

طيورالعقاب ويحملوها حتى تنتهى مهمة الألات ثم

يعيدون الصغار مرة أخرى الى أعشاشها ويقومون

بتحويط تلك الأعشاش بحزم القش لحماية الصغار

التم عملية البحث عن أعشاش

الخليور العقاب في شهر يونيو ويتم

تهديد مكانها بمراقبة الذكروهي

عائدة من رحلة الصيد

والمالصيد أعلوافر

من أشعة الشهس.



توجد طريقة أخرى

لحماية صغار طيور

العقاب بنقلها الي

حقل آخرتم حصاده

ثمإعادتهامرةأخري

إلى أماكنها بعد أن

تكون الألات قد

أنهتمهمتها

وتنظم ومؤسسات

حماية الطيور

الجارحة , حملات

الانقاذ سنوياً.







**** أصغرالظياء

أصغر انواع الضباء هو الظبي الملكى في أضريقها الغربيلة حسسيث لايزيد وزنه على ۷, ۲کجم وارتضاعته ۲۵ الی ۳۱ سنتيمترا.



نفخ بالون الطقس

استطاع نيكولامايسون من انجلترا نفخ بالونة ١٠٠٠ جرام لمسرفسة الطقس خسلال٧٠ دقيقة وثانيتين

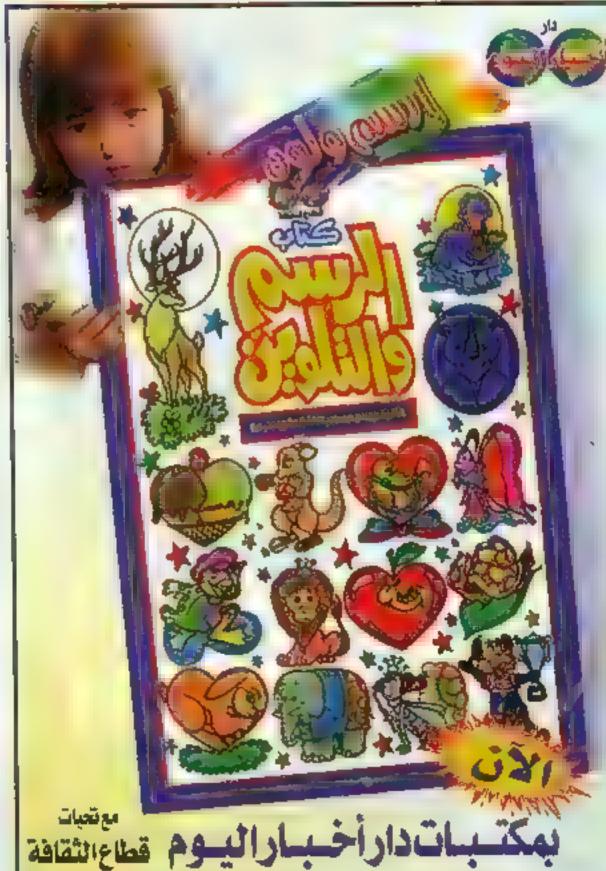
**** أكثر الاماكن هدوءا

أكستسر الامساكن هدوءا هي لفرفة الساكنة وحجمها ۲۱ ر ۱۰م× ۵۰٫۵۰ وهي موجودة في مختبر (بل) للتليفون في الولايات اذ أنها تعزل ٩٨,٩٩، من كل الأصوات الخارجية.

**** اكبرمدوجرر

المد والجرزر ظاهرة تنتج عن قوة الجاذبية الشمسية والقسرية وقد تدوم الطثرة 🔋 بين المد والجزرالي ١٧ ساعة و٢٥ دقيقة.







اضخم الابنية الصناعية

اضخم مصنع في العالم هو (نیسجنی تاجسیل) لصنع فساطرات وعسريات السكك الحديدية والدبابات

**** اطول غيبوبة

أطول غيبوبة مسجلة كانت للسيدة (ألين اسبورزينو) في فلوريدا فنقنك أجسريت لهنا عبمليلة استئصال الزائدة واستسمرت الغيبوبة بعث العملية حوالي ٢٧ سنة حتى توفیت.

**** أطول عمر الخفاش

أطول عمر لخفاش هو ٢١ سنة وه أشهر لخطاش هندي كان يعيش في حديقة الحيوانات في لندن.



**** افصرفرم

أقصر كائن بشرى في سن الرشد هو (أنطونيو فيريرا) من البرتفال ويبلغ طوله ٧٥ سم ويعمل طبالا.

**** أقدم سلالة حاكمة

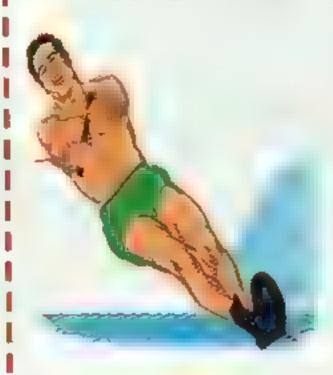
هي سلالة الملكة إليــرّابيت الثانية ملكة بريطانيا فهي منحدرة من سلالات يمكن إعادة تاريخها الى القرن الرابع الميلادي وهي الرابعة والحمسون في التسلسل.



SWOTCH

أطول مسافة ترحلق

أطول مسافة قطعها مترحلق على الماء بلغت ٧٠٩،٧ كم حققها (ول كوفي) في بحيـرة (تیکیتابو) فی نیوزیلندة.



**** أقدم الأقمشة

أقدم نسيج اكتشف في حفريات الطبقة السادسة في منطقـــة (شطل هيـــوك) في تركيا ويبلغ عمره حوالي ١٠٠٠ سنةق.م

**** اسرعالكاميرات

قامت جامعة (اسكس) في انجلترا بصناعة كاميرا من أجل ابحساث الانشطار وباستطاعتها تسجيل صور بمعدل ٢٠٠٠ مليون صورة في

**** حق التصويت للنساء

أول هيئة تشريعية انتخبت وكسان للنساء فسيسها حق التبصبويت كبانت في ولاية (وايومسينج) في الولايات المتحدة سنة ١٨٦٩. ****



التصفيق

استطاع السيد (أثريت

فرمان) من نيبويورك ان يقوم

بالتصميق لدة ٥٠ ساعة و١٧

استطاع الاميريكي (جيم

أثيس) أن يأكل ١٥٠٠ جرام من

العنب في خلال ١٦٤/٢ ثانية

اكبرسهل قمح

أكبر سهل قمح تبلغ مساحته

١٤١٦٠ هتكار وهو في كندا

أطول صدى صوت

أطول مسدة صسدى دامث

مسجلة حوالي ١٥ ثانية <mark>عند</mark>

اغلاق باب الكنيسة الضريح

هى انجلت را التى بنيت سنة

دقيقة.

أسرع سفينة قطعت المحيط الاطلسي هي باخرة (يونايتد ستاينس) فقد إستفرقت الرحلة ٢ أيام و١٠ ساعات.

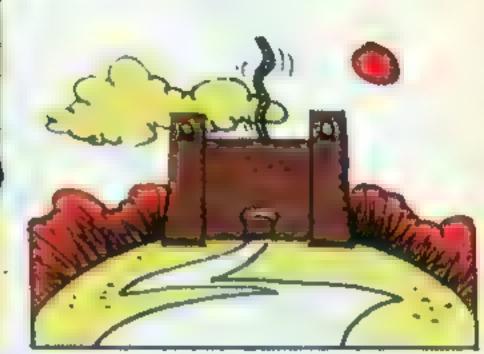


























هيا إذا إبدأ ولكن بالقرب من السور







© Deliege and Editions Dupuis























الحبل على الطريقةالهندية؟ ماهتا؟



























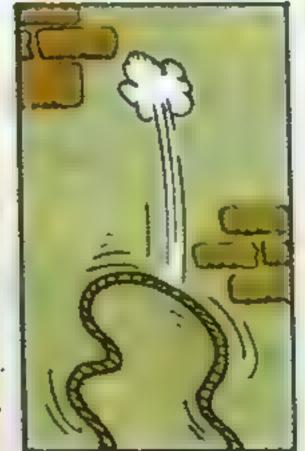


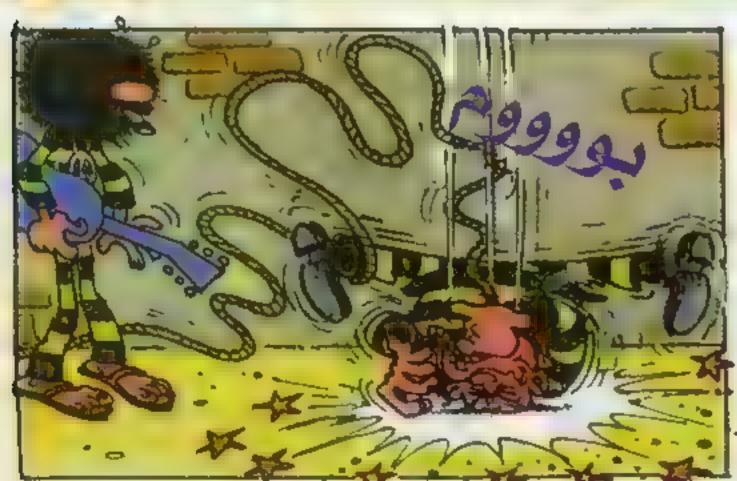






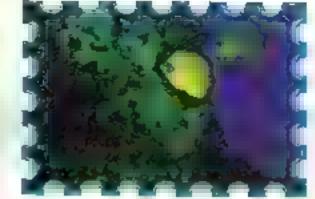












العبد ع العطيد

3.51

العرسم

15_{P.}

ريما تعمم..وريما لا..

ولكن المؤكسد أن كستسابه

رمعينات *الكشمي*ة ،

انتــشــربينالشــبــاب

لدرجة جعلت باول،

يميد النظرفي كتابه

وفي عام ١٩٠٧ أقام باول

أول معسكر كشطى نجح

نجاحاً كبيراً، ثم ماثبثت

الشتيات أن انضممن

ليصبح أكثر إفادة.

«المرشسدات»

وتتسابعت

البشط ورات

والنشباطات

الحسركسة

الكشينية

حركة قوية أعضاؤها

بالملايين في كل أنحاء

كى مسيوك

بدايات الأشياء غالبا مساتكون صسفسيسرة وبسيطة، ولكنها لاتظل صفيرة إلى الأبد خاصة حسين يكون هناك من يهتم بها ويرعاها. ونحن حين ننظر إلى الأشياء الكبيرة قد ننسى كيث بدأت، وقد لانتصور أنها كانت مجرد فكرة وهذا ماحدث مع الحركة الكشفية..فماهي حكايتهاه

ترى هل كان يعلم الكولونيل الأنجليــزى «روبير بادن باول» الذي اضطرإلى الاستعانة بعدد محدود من الشباب ليعملوا معه كمرشدين له أثناء حرب «البوير» أنه بهدا العمليضع اللبشة الأولى لحسركسة الكشافة التي انتشرت في العالم أجمع وأصبح لها أنشطة واحتضالات ومسهسر جسائات وأبيضسا طوابع بريدية؟







إعداد دسهير متوثي

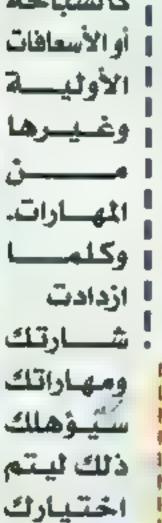
تومن بأن لك دوراً هي بمميرات ينقصها أن تنصم للكشافة.

الخاص بالكشافة.

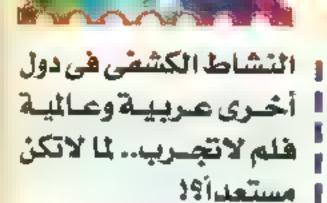


العسالم وأنت إذا كنت الحسيساة، وكنت على استعيداد لساعيدة الأخرين دون مضابل ، أو كنت ممن يحببون التواجد بين الجماعة، فهذا معناه أنك تتمتع

ولكن كيف تصبح كشافأ المركة الكشفية الهاارات مقارها سواء بالمدارس أو أكالسباحة وهناك ستحصر اجتماعات الضرقة أو الطليعة وستعرف قانون الكشافة وتردد الوعب وتتسلم الزى الجميل



لتسمسارس





شعار الكاشفة هو « كن

مستعدأ وهذا الشعار

ستمارسه على الدوام.

س_تكون

مستعدا

لتقديم

العسسون

للأخرين

ولتمسك

أيضا،

ويمكتك

أنتسنال

ا مميسرة

ا كسفساءة

وتضوق في













الالمالي المالي





الحلقة الأولى

وحيد القرن

يا إلهى.. هل تريدين

صيد هذا الحيوان

الضخم











المراجع المراج









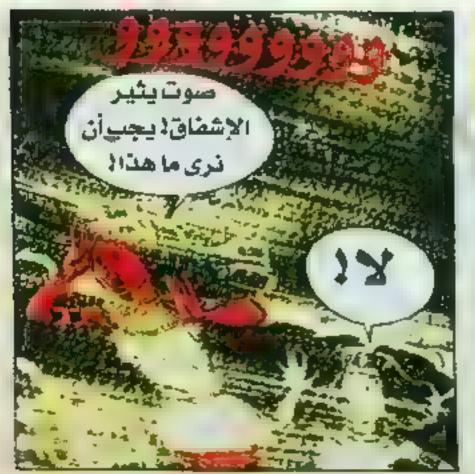












و السالي المواق



STATE OF THE STATE









وكما هبت فجأة.. هدأت العاصفة أيضاً هجأة ليسود المكان هدوء تام.. بالاضافة لتغير معالم المنطقة بسبب تحرك الرمال





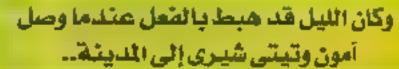






وَ الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي الْمُوالِي





















متسول أعمى ١٦

Lagrana Maria





الحلقة الأولى















































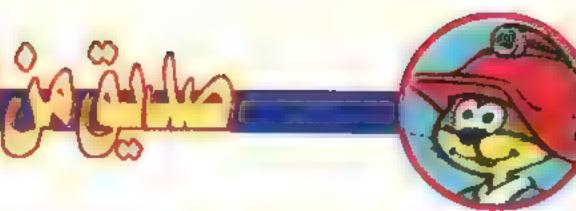








































عمل على عنها معتلف عنها ... هل تستطيع أن نحدد رقم هذه الصورة ؟

























أنظر إلى الجملة الموجودة أسفل الجدول المرسوم أمامك .. ثم أشطب الأحرف الموجودة في الجدول والتي تشكل كل كلمة في الجمنة .. وفي النهاية سيتبقى لك أحرف تعطيك أحد الأمراض التي تصيب الجهاز التنفسي

1	١	1	٨	ن	1	س	ن		Ĵ	1	ų,
J	ح	ن	ف	F	۵	ف	ی	,	ظ	9	1
٩	7	9	ij	ڼ	٩	ی	1	ح	ې	ع	j
س	,	1	9	ن	1	ع	7	Ė	ص	ی	1
ت	è	ع	7	4	ق	ط	ŗ	9	ی	ن	ن
						س				_	
ی	1	ن	Ĵ	ڏ	P	J	۵	ij	ك	4	J
3	٠	ع	٤	Ť	ب	Ĭ	ز	٤	ب	9	9
ش	ن	ط	ی	1	-20	à	4	ط	1	Ĵ	ن
خ	9	w	ؿ	4	ن	1	J	س	ی	Ü	3
ص	ع	P	ی	9	۵	ع	J	I	ب	ن	
4	P.	٦	Ь	ن		Ū	۲	9	ũ	ف	•

من المستحيل أن يعطس الإنسان وعيناه مفتوحتان. هذه طرفة ظريفة ولكن إحمدر من عطس شخص مصاب بالإنظاونزاء أو بأي توع من أنواع البرد الإنه قد يصيبك بالعدوى . حاول أن تعطس مفتوح المين

اكتب مرادفات الكلمات الأتية في مكانها بالجدول طبق لتوزيع الأرقام تحصل على كلمة السروهي بحيرة عند منابع النيل

۱-۲-۲ يم /۲-٤-٥ طليقة / ٣-٦-١٠ يهرب ۱۲-۱۱ للنداء / ۲-۱۱ متشابهان

٥-١١ صمير الغائبة / ٦-٨-١١ عكس (فتاة)

٧ - ٩ - ١٠ - ١١ - ١١ / دولة آسيوية عاصمتها (سيول)

٤ - ١٠ متشابهان

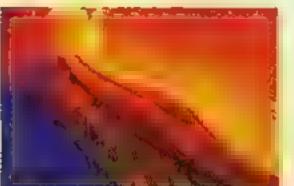
من الشهر ممثلي الكومينديا في مصر

٤-٧ للتعريف / ١-٤-٩ متشابهة /٣-٢-٧ مقياس للمسابقات أكبر من الكيلو متر / ٦-٨ ١١ متشابهة / ٢-٢-٥ من الحواس

وعضوه الأساسي الأذن /١ - ٢ - ٩ - ١٠ قاعدة البناء

۲-۲-۱۱-۲ بدین/۱-۲-۵-۲ اکح /۱۰-۱۱-۲۱ حرف أبجدی قبل (شين) / ٢-٤-٧-١١/دولة نفريقية عاصمتها (ياماكو)







ا - أول أركسان الإسسلام - والله

خرافی - نراقب (معکوسة)

هتف بصوت عال (معكوسة)

والنسوجات (معكوسة) - الود

٥- حاكية - المد - إحسان

١- تم بناؤها - غير ناضج

٧- إله - إعجاب إلى حد كبير

٩- جمع (بحر) (معكوسة) -

۸- برره (معکوسة) - جوهر

أفقياء

(معكوسة)

(معكوسة)

هادی (مبعثرة)

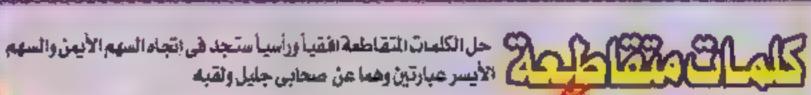
(ص)، (معكوسة)

١٢- سيف الله المسلول









۲- شتم (معکوسے) - طائر پ ٢- لقب الإذاعي الكبسيسر ٤ محمود شعبان (معكوسة) - ٥ ٤- مدينة بمحافظة الغربية 🧗 تشتهربصناعة الملابس ٧

> ٧- المبسعسوتين برسسالة (معکوسة) - نهر سویسری (معكوسة) ٣- أضم - قتله أخوه فاعتبر

٤- ينتسمي إلى بني هاشم -الطلبق ٥- أوحى - طيبور مسفسردة

۱- مرَّنا - عکس (إشتری)

قسانونا - زوجسة فسرعسون

٨- يصنع من المنب بعسك

تجفيفه (معكوسة) - نمل

٩- تخيل وتصور (معكوسة) ٠

١٠- متشابهة - صوت الحمام

١٧- ينتمي للأنصار - نبي كان

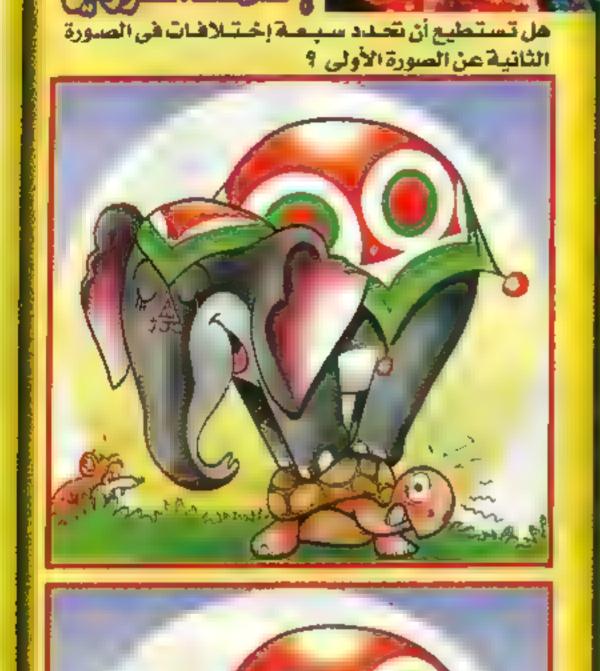
فترة زمنية - متشايهان

١١- مؤذن الرسول (ص)

(معكوسة)

(مبعثرة)

١٠ - أبو الأنبياء - غروة ثقى فيها السلمين أمرا صعبأ عتدما عنصوا أمير الرسول أول فتيل في التاريخ ١١- نبي ليث في بطن الحوت وأخرجه الله حيأ (معكوسة)



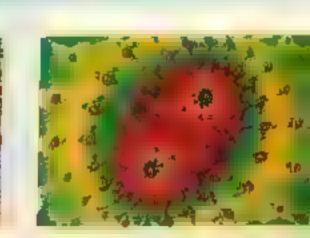










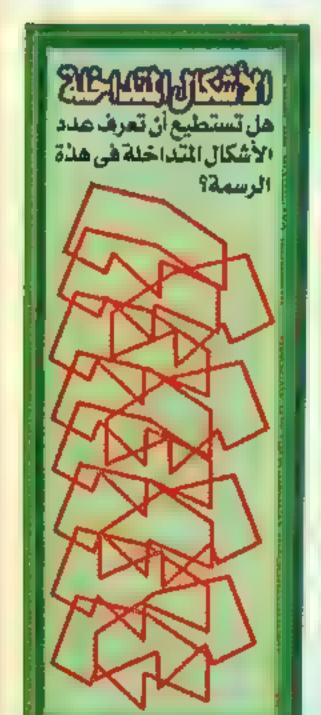






لمىدالأرقام اول عامودرأسى-رقم ۱۵۰ /رقم ۲۰ ئالث عامودرأسى-رقم ۲۰ حامس عامودرأسى-رقم ۲۰/رقم ۱۰۰ سابع عامودراسى-رقم ۵۰ رقم ۵۰

> أجزاءالصورة : أ-٢/ب-١/رج-٥/د-٢/هـ-٤ الطلالصجيح : رقم ٢ الأشكال للتداخلة : ١١ شكل



























كان عثريزيركب حماره في طريق عودته إلى منزله، وبينما هو يسير عائداً إذ رأى قرية دارسة المعالم، كل مافيها أموات ولا أثر للحياة هيها، فأخذ يفكر في دهشة، كيف ستدب ستعود الروح ثهده الأجساد وكيف ستدب الحياة مرة أخرى في هذه القرية؟

ولم يستفرق كثيراً في تفكيره، فقد أراد الله أن يعلمه حقيقة هامة فأماته هو وحماره مائة عام ثم بعثه وأرسل له الملك بسأله:

> ۔ اُتظن کم ثبثت فی رقدتك یاعزیز؟ فقال عزیز،

. لبثت يوماً أو بعض يوم.

هُقَالُ الْلَكُ: ـ بِلُ لَبِثْتُ مَائِلَةً عَامٍ.

وقبل أن تعقد الدهشة لسان عزيز قال

انظر إلى حسارك هذا، وقد تضرفت عظامه، سوف يعيد الله إليه الحياة مرة أخرى أمامك، لكى تطمئن نفسك بالبعث ويجعلك آية ثلناس.

ومأهى إلا لحظات قصار، حتى كان الحمار واقفاً على قوائمه والحياة تدب فيه.

وعندئد راح عزيز يتمتم قائلاء

. أعلم أن الله على كل شيئ قدير.

فسبحان الباعث الذي أعاد الحياة إلى عرين والذي يبعث من في القبوريوم القيامة لتجزي كل نفس بما كسبت، فهو وحده القادر على ردّ الروح إلى الجسد لكي تدب فيه الحياة مرة أخرى.

ومن صحة إيمان المسلم أن يؤمن بالبعث والحساب والجزاء، وهي من الأمور الغيبية التي أخبرنا الله بها، ولا يتكر البعث إلا كافر ملحد متشكك، قال تعالى عن الكفار

«وأقسموا بالله جهد أيمانهم لا يبعث الله من يموت بلى وعدا عليه حقاً ولكن أكثر الناس لا يعلمون»

الشحل: ٣٨

فالكافر لا يؤمن بالبعث لأنه لا يؤمن بالله القادر الباعث المحييي المميت، أما المؤمن فيعلم علم الميقين ان الله الذي خلق الموت والحياة قيادر على كل شيء، وأن البعث ضرورة لحساب الناس، لكي ينال كل انسان جزاءه على ماقدم وأخر. قال تعالى، وذلك





أسماءاللهالحسني



بأن الله هو الحق وأنه يحيى الموتى وأنه على كل شيء قديره وان الساعة أتية لا ريب فيها وأن الله يبعث من في القبوري الحج: ٢٠١ وكما يبعث الله الناس من قبورهم يوم البعث، فإنه يبعث الإيمان والهدى في القلوب بعد أن يُخرج منها الشيطان، فتعود إلى القلوب حياتها وسكينتها، وذلك بذكر الله تعالى.

وقد شبه الله تعالى إحياء القلوب بهوت بإحيانه الأرض الميتة، فكما أن الأرض تهوت إذا قطعت عنها الماء فإن القلوب بهوت خلت من ذكر الله تعالى ولا تعود لها الحياة الا بذكره. قال تعالى «ألم يأن للذين آمنوا أن تخشع قلوبهم لذكر الله وما نزل من الحق ولا يكونوا كالذين أوتوا الكتاب من قبل فطال عليهم الأمد فقست قلوبهم وكشير منهم عليهم الأمد فقست قلوبهم وكشير منهم فاسقون اعلموا أن المله يحيى الأرض بعد موتها قد بينا لكم الأيات لعلكم تعقلون الحديد الاراد.

ومادام المسلم يؤمن بالبعث حضا وصدقا، فإنه ينبغى أن يعمل لهذا اليوم، فالايمان لا يكون بالتسمئى ولا بالكلام ولكنه يكون بالعمل والإخلاص والخوف من الله، فيجب أن يستغد بصالح الأعمال.

ولا يحسبن أحد أن العبادة تقتضى ان نتقطع عن أعمالنا ومشاغلنا الدنيوية، كلا. فالعمل عبادة مادام الإنسان يؤديه بإخلاص، ومذاكرة التلميث عبادة طالما سيخدم بلاده وينفع نفسه وأهله، بشرط أن يكون هناك توازن بين العبادة والعمل، فلا يصح أن يستغرق الإنسان في العبادة على حساب عمله ومثاكرته، ولا يصح أن يستغرق في العمل على حساب العبادة، فقد روى عن الرسول صلى الله عليه وسلم قوله، لا بارك الله في عمل ينهى عن الصلاة.

ولذلك ينبغى على الإنسان أن ينظم وقته وأن يوازن بين العبادة والعمل حتى يرضى الله تعالى عنه.

اللهم إنا نؤمن بكوبأنك أنت البساعث الشهيد، اللهم فابعثنا على الاسلام، وابعث الإيمان في قلوبنا وأبعث الحياة والسكينة والراحمة في نضوسنا.. إنك على كل شيء قدير.











اليسروع هي يرقة الفراشة.

ولانك تحبين البيئة الجميلة، فيمكنك ان تستعدى للسنة الدراسية بعمل مقلمة تجمع كل ادواتك، على شكل يرقة الغراشة الرقيقة.

المواد اللازمة:

- قطع من قسماش اللباد، او الصوف، بألوان داكنة، وفاتحة.
 - دائرة صغيرة من اللباد الابيض.
 - خيوط قطنية بألوان مماثلة لقماش اللباد.
 - وسوستة طولها ٢٥ سم.

طريقة اعدادها:

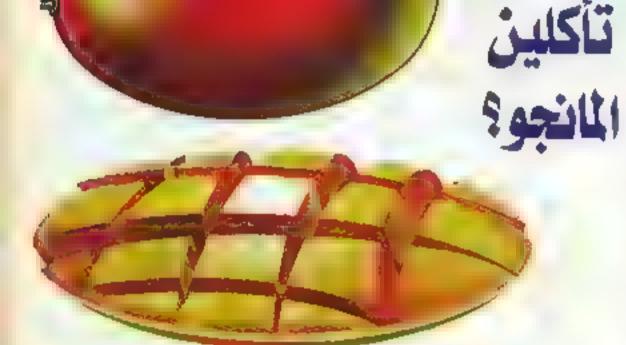
- ١) انقلى الاشكال المرسومة امامك على ورق مربعات بحيث يمثل كل مربع اسم، ليكون باترون المقلمة
- ٢) قصى الباترون وضعيه على اللباد، وقصى الاشكال، فيصبح الجسم ليرقة القراشة، طولها ٥, ٢٣ سم وعرضها ٥,٨ سم
 - ٣) سيكون قطر الدائرتان الكبرى ٣ سم، والصغرى ٢ سم-
 - ٤) قصى شريط بطول ٢ سم وعرض ١٠٢٥ سم-
 - ٥) اقسمى دائرتين سوداوتين الى نصفين.
- ٦) ثبتيهما بالخياطة الى الجانب ذو اللون الفاتح من يرقبة الفراشة لتمثل الاقدام، ايضا ثبتي عيون بيضاء وفي وسطها مركزها الاسود.
- ٧) ثبتي الشريط الطويل على شكل عراوى في داخل جسم اليرقة، بالدبابيس اولا، ثم بالخياطة وراعى ان تكون العراوي بمقاسات الاقلام والاستيكة، والمسطرة الصغيرة.
 - ٨) بالخياطة ثبتى السوستة بين الظهر والامام على أعلى المنحنى.
 - ٩) صفى الاقلام، والاستيكة، والمسطرة الصغيرة

وكل سنة وانت ناجحة بإذن الله...





عبدالشافى سيد



المانجو لذيذ جدا، ومغذى جدا، لكننا نحتار في اكله، خصوصا في الولائم. اليك طريقة سهلة ويسيطة. وفي نفس الوقت انيقة لتناوله.

١) افصلى شريحة عريضة من ثمرة المانجو من قمتها وحتى نهايتها.

٢) استخدمي طرفي السكين في ان تقطعي باطن الشريحة (الاصفر) في خطوط متقاطعة فتصبح مثل المريعات.

 ٣) امسكى طرفى القشرة الخضراء من الشريحة وقوسيها الى اعلى، وسوف تبرز مكعبات المانجو الصفراء، فيسهل فصلها عن القشرة.

وبالهنا والشفاء

کیف

مسئوليتك..سلامة اخوتك الصغار

 طبعاً، يهمك جداً سلامة اخوتك الصغار .. لذلك ارجوك ارجوك ان تلاحظى بعض الأشياء التي تبدو لك انها بسيطة جداً ، لكنها فعلاً تحمى اخوتك الصغار لوانك غفلت عنهم لحظة اثناء اللعب معهم، أو أثناء مساعدتك لوالدتك في اعمال البيت ، أثناء

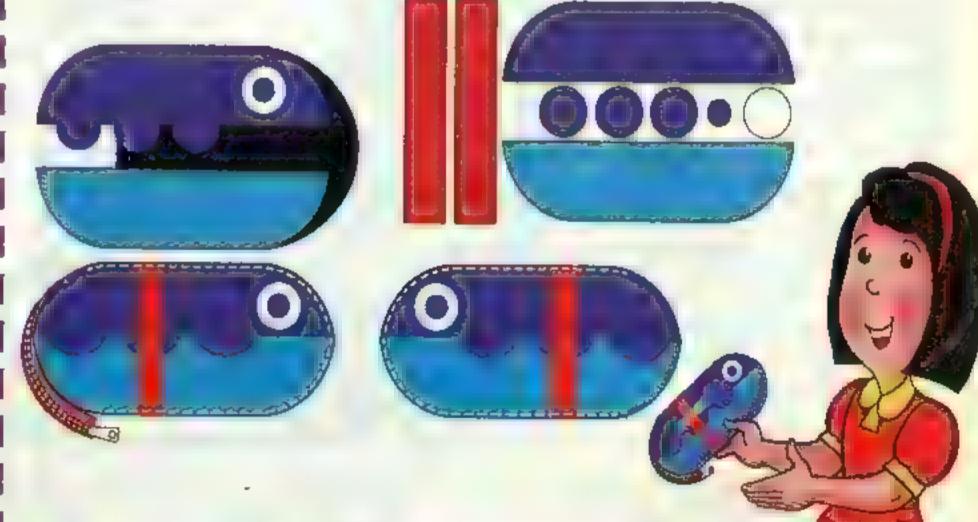
• لانتصملي اخسيك أو أخستك الأصف منك ، وأنت تتتناولين كوباً من الشاى واللبن الساخن .

• لانتحملي أي منهم عندما تتوجهين الى المطبخ ، ففي ثانية يمكن ان يمد يده ويمسك بيد الاناء الساخن أو شعلة الموقد وهي مشتعلة أو ساخنة.

 اختبرى اولاً ماء الصنبور أو الدش قبل أن تسمحى الأى منهم ان يغسل يديه أو يستحم ـ

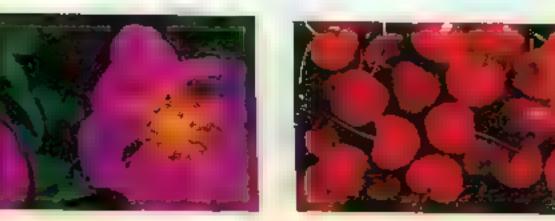
• لاتضعى أي مشروبات أو أطعمة ساخنة على مفرش المنضدة ، أذ يمكن أن يسحبه فينسكب ما عليها مما هو

• • الحرص مهم .. وأنت حريصة على سلامتهم .













كأسالأيسكريم بالفواكه الطازجة

انت، وأنا متصفتان على ان تساعدي والدتك، بين حين وأخربأن تقدمي شيئا جميلا، يخفف عنها أعبائها (ويسعد كل افراد الاسرة فإليك فكرة طبق جديد، تقومين بإعداده لكى تقدمينه لهم أثناء مشاهدتكم سويا المسلسل المضيضل لديكم، اوعند حنضور الصديقات العزيزات.

لوازم اعداده:

•علبة كبيرة جيلاتي فانيليا ولبن • ۱-۲ ثمرة مانجو ۱۰ ۲ ثمرة كيوي (ويمكن الاستغناء عنها) • كمية من العنب البناتي • كمية من ثمار الضراولة (ان و جدت) • ثمرة تفاح او كمثرى

طريقية اعداده: (١) اغسلي العنب، واقصلي

الثمرات من الأعناق(٢) اغسلي المانجو، ثم قشريها، وقطعيها الى مكعبات (٣) اغسلي الضراولة، وقطعيها (٤) قطعي التماح (احتفظي بقشرتها اذا كانت ناعمة) (٥) قشرى الكيوى، وقطعيه (٦) اخلطي كل الفواكه واحتفظي بها في الثلاجة (٧) عند تقديم الاطباق، اغرفي ملعقتان او ثلاثة من الأيس كريم في الكأس (٨) صفى كمية من المواكه تغطى الأيس كريم (٩) في منتصف الكأس وعلى القمة ضعى ثمرة من الفراولة.

• والأن قدمي طبقك الجميل مع ملعقة صغيرة.. وارجوك لا تنسى المناديل الورقية. وعلى فكرة، يمكنك الاكتفاء بنوعين فقط من الفواكه، أو حتى نوع واحد، ففي النهاية الفواكه تزيد من القيمة الغذائية للطبق، وبألف هنا وشفا.

ابتلاع فرص الاسبرين بحساب

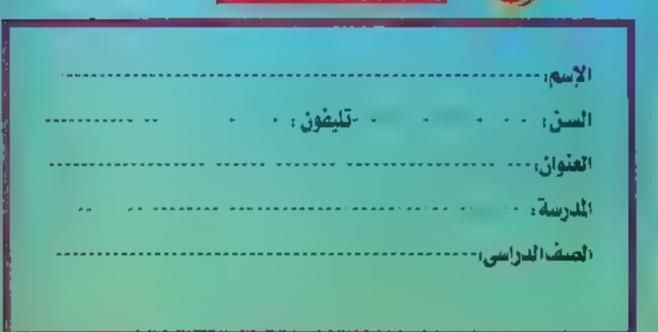
كنت في زيارة لابنة خالتي، وجدتها تشكو من صداع، فقامت وابتلعت قرصا من الاسبرين.. وبعد فترة من الوقت، قامت لكي تبلع قرصا آخر، فامسكت بيدها، ونهيتها عن ذلك، وقلت لها: «يكفيك جدا تناول قرصا من الأسبرين. فإن للأسبرين تائيـرات جانبيـة قويـة، لانه يتدخل في آليـة وظيـفـة سيـولة الدمـ وقـد يزيد من النزف عند بعض المرضى. فضلا عن ذلك، فأن للاسبرين تأثيرات جانبية على المعدة. مهم جدا، ان تعرفي سبب شعورك بالصداع، لكي تعرفي كيف تعالجينه. <u>فربما كان مجرد زيادة شعورك بالجو الحار، وهذا يكفى ان تأخذى دشا بماء دافيء،</u> وان تغسلي وجهك بما بارد. او ريما كنت قضيت وقتا طويلا امام شاشة التليفزيون... فتقللي من ذلك الوقت.. وهكذا.. اما تناول اي دواء في جب ان يكون باستشارة الطبيب.. هيا لنشرب كوبا من عصير الليمون المنعش.. وسوف تشعرين بالتحسن..











صورتك

العلدرقم (أكتبهنا المساهمات التي تو نشرها على صفحات مجلة ،









عشق السلة وراء تالق ها بدي

عشق رياضة كرة السلة وجد طريقه بسرعة الى قلب المتميزة هايدي محمد حلمي التي إختارت هذه الرياضة الجميلة بعد ان شاهدت احدى الباريات فإنضمت فورا لفريق الأنسات ويقوم بالاشراف على تدريباتها الكابان تامر معوض نجحت هايدي في التألق مع الضريق في مبارياته واحرزت العديد من الأهداف في مباريات الأهلي، والرهور، والرمالك، والطيـران، والشـمس، هايدي من أسرة رياضية فكانت والدتها لاعبه سابقة في الجميازأما والدها فكان بطلا للجودو كذلك فهي متضوقة دراسيا ومن أوائل مدرسة مودرن سكول الزهراء ونجحت في التوفيق بين مواعيد الرياضة والدراسة مثلها الأعلى مايكل جوردون وأمنيتها ان تصبح بطلة دولية.



لم يعجبني في هذا العدد

أعجبني في هذا العدد

عدد قدر الإمكان..

أكتب هنا كل الأبواب التحريرية والقصص التي لم تنل إعجابك في هذا العدد حتى تحرص على تجديدها أو إلفائها في الأعداد القادمة ...

مراسلو مجلة بلبل

إذا كنت تود أن تعمل مراسلا صحفياً لمجلة بلبل لتزودها بكل أخبار وأنشطة مدرستك أو ناديك الرياضي إملأ نموذج البطاقة الصحفية وأرسله على عنوان المجلة وسوف تصل إليك بطاقة المندوبين خلال إسبوعين فقط من تاريخ إستبلامنا رسالتك ، تستطيع بهذه البطاقية المتمدة أن تقوم بكافة الأنشطة الصحفية والمقابلات مع الشخصيات الهامة في المجتمع ثم ترسلها لنا لننشرها لك.





المنتخب أغلى أماني هاجر

هاجر عبمرو جلال وردة جديدة وسط حديقة أبطال الكاراتيه تميزت بصفر السن والموهبة الواضحة لذلك توقع لها الكثيرون أن تصل الى العالمية بسرعة خاصة بعد أن أعلنت عن نفسها وهازت بمجموعة من المراكر المتسقدمة في بطولات القاهرة والجمهورية للاندية والقطاعات والمدارس بدأت هاجر أولى خطواتها بنادى هليوليدو مع المدريان سامي ومسروة الحسسري ثم إنضمت لضريق الدفاع الجوي مع المدرب اسماعيل عصام تجمع هاجربين التفوق الرياضي والعلمي ونجسحت العسام الماضي بمجسوع ٩٦٪ بمدرسة سانت فاطيسا الحجان

أما أغلى أمانيها فهي الانضمام لنتخب مصر الوطني.

هوكي الجليك

الرقم القبياسي لأكبر عددمن الأهداف للأعب في موسم واحد في تاريخ الدوري الأمريكي للمحترفين مسسحل باسم الكندي واين جريتزكى - ٣٠ عاماً - في موسم ۱۹۸۲/۸۱ .. وسجل جسریترکی ۹۲ هدف وساهم جريت ركي في فوز فريقه ادمونتون اويلرز ببطولة الدوري والحصول على كأس ستانلي الخصصة لبطل المسابقة ..



الإسكندرية :

وسهوحة سنتر

ممركز فالكون سنتر بالمنتزة محل ٢

ه مركز مينا النجاري الإبراهيمية محسل ١٠٨



القناهسسرة

ەمىلان ئېئان ۱۱ ش ۲۹ يوليو

وطيبة مول

olbecuraet

ه ملحق هیلتون رمسیس محل ۵۰

















